

Утверждаю

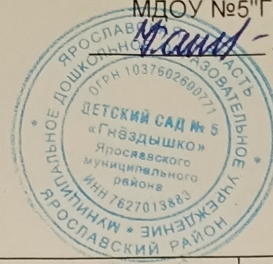
Заведующий

МДОУ №5 "Гнездышко" ЯМР

/Катошина О Н/

МЕНЮ
3 сентября 2024 г.

Сад 10,5 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	160	4,78	8,57	17,45	166,72	0,50
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	179	4,88	5,21	13,04	120,06	0,84
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,04	5,89	0,06	53,41	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	13	2,91	3,70	0,00	45,65	0,09
Итого			359	12,61	23,37	30,55	385,84	1,43
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
2008		ПРЯНИКИ	40	2,36	1,88	30,00	146,40	0,00
Итого			190	3,11	2,03	45,15	210,90	3,00
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ	180	2,32	3,03	14,71	95,66	0,43
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	100	10,73	16,92	6,39	221,43	10,16
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	30	0,54	1,69	2,04	30,70	0,01
		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ЯГОД	180	0,00	0,00	8,29	33,16	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			490	13,59	21,64	31,43	380,95	10,60
Полдник								
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	74	9,89	5,90	33,14	224,95	0,07
		СНЕЖОК	157	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			231	9,89	5,90	33,14	224,95	0,07
Всего				39,20	52,94	140,27	1 202,64	15,10

ст медсестры

Мицатина М В

Мицатина М В